

20 Декабря 2023 г.

Меню школьника

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
5.12	6.62	32.61	210	.200\5	Каша рисовая	11-91
2.28	0.24	14.58	71	30	Хлеб пшеничный	1-71
2.79	3.19	19.71	119	200	Напиток кофейный с молоком Ш	10-58
10	10	67	400			24-20
<u>Обед</u>						
13.21	4.11	6.7	116	.250	Суп картофельный с рыбой	13-85
10.47	15.46	107.8 9	224	.090	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	30=
3.2	6.06	23.3	161	.150	Картофельное пюре	10-96
13.09	19.33	13.49	280	.100	Тефтели из говядины с рисом (ежики)	33-27
3.83	7.27	27.95	193	.180	Картофельное пюре	12-79
0.16	1.1	1.57	17	.30	Соус томатный	1-08
2.28	0.24	14.58	71	30	Хлеб пшеничный	1-71
0.33	0	22.66	92	200	Компот из кураги (плодов или ягод сушеных)	3-90
47	54	218	1154			107-56
<u>полдник</u>						
4.67	4.43	35.21	201	.060	Булочка "Веснушка"	4-67
2	0.2	5.8	36	200	Сок	26=
7	5	41	237			30-67
Итого за день:						162-43
63	68	326	1791			

Руководитель _____ Кузнецова И.И.
 Зав.производством _____ Анфалова Е.А.
 Калькулятор _____ Администратор